Reco Produits frais & Epicerie

Articles >

Qui ne prend pas le temps de bien se nourrir aujourd'hui, devra prendre le temps de se guérir demain.

Pour aller + loin, je conseille le film documentaire Régénération, d'Alex Ferini, dispo sur Youtube.

🌿 Un frigo zéro-déchet, mais rempli de vie ! Sans plastique, sans ouvrir le système : vegan, local, de saison, bio ou raisonné. On est ce qu'on consomme : mangez de la vie, elle vous le rendra tellement bien 🌍

Je prends mes legumes & conserves chez le maraicher à Fleurieux sur l'Arbresle (ouest lyonnais) :

- **APOM Chambe cueillette à la ferme** : bio, direct producteur et fonctionne comme une coop avec les producteurs du coin pour d'autres produits types crèmerie et viande
- Ou alors **GAEG le jardin fleurinois** : agriculture raisonnée + huile de tournesol & colza en recharge

J'achète tous mes produits secs & fonds de placard en ligne :

- **LaFourche.fr** : le bio entre 30 et 50% - cher tous les fonds de placards (riz/pâtes/farines/sucre/fruits secs...)

*"D'ailleurs, saviez-vous que l'**achat en ligne de produits alimentaires ses génère 4 fois moins de CO2 que l'achat de ces mêmes produits en magasin** ? Pourquoi ? Parce que le magasin se fait livrer d'une centrale d'achat souvent unique en France, ce qui rend le magasin similaire à un bureau de poste / centre de tri local. Ensuite, un camion de livraison va pouvoir livrer 100 colis en une tournée, tandis que près de 50% des gens vont se déplacer en voiture pour aller faire leurs courses. Un camion qui fait une tournée optimisée va générer beaucoup moins de CO2 que 50 voitures. C'était le tips écolo de la journée !" Lafourche.fr*

The Greener Good, Le Guide pour Consommer Responsable à Lyon

Liste de mes magasins préférés dans Lyon (certains sont ok en livraison) :

> **Arance SicilLyon** (Gerland) : Magasin d'agrumes bio de Sicile direct producteur

> **Bahadourian** (Guillotière / Halles de Lyon) : Traiteur / Magasin d'épices en vrac ou en gros + savons d'Alep etc. **(livraison national)**

> **Cap Olive** (24 rue Paul Bert 69003 Lyon) : Traiteur / Magasin d'épices / d'olives en vrac

> **La Fourmi** (Terreaux, Guillotière, Valmy) : épicerie sociale, fine & économique anti-gaspi, bio et locaux, dans but de développer une consommation plus durable et responsable.

> **En Apartheid** (Saxe) : Magasin de thés / cafés / infusions / épices bio en vrac **(livraisons ok)**

> **Herboristerie de St Jean** (St jean) : Plantes pour infuser / fumer (pour remplacer le tabac ;)) bio en vrac **(livraisons possible)**

> **Bellecave** (Bellecombe / Brotteaux) : caviste de vins naturels, bières & spiritueux en biodynamie. Propose aussi des soirées dégustations intuitives : top !

> **Zoi kitchen** (pentes de la Croix-rousse) : pâtisserie végane super bonne qui fait aussi salon de thé.

>> Savais-tu que le thé en sachet est généralement en plastique nylon, et qu'en plus de produire du plastique à usage unique, il est très mauvais de faire chauffer du plastique pour l'ingérer ? De plus, la société Lipton est quant à elle extrêmement mauvaise en matière de qualité environnementale car elle a aussi beaucoup de pesticides dans ces thés : "Greenpeace a dénoncé des taux élevés de pesticides dans certains sachets de thé Lipton (...)" Source : actualites-news-environnement.com

---

Service National

Hors Normes.co : Toute la France par livraison

- Paniers de fruits & légumes bio, français et anti-gaspi
- jusqu'à 40% - cher
- par livraison

Gorillas.io : Plusieurs villes en France

- Des produits de qualité favorisant les producteurs locaux & de saison
- livrés chez vous à vélo avec le moins de plastique possible

Bene Bono.fr : Toute la France

- Paniers de fruits et légumes Bio, français et sauvés du gaspillage. Beaucoup moins chers.
- 100% français 100% Bio 100% de saison

Crowd Farming : Toute la France + autres pays

- Fruits & legumes + plein d'autres choses (dont des avocats, des mangues etc.)
- direct producteur, de saison, bio

Marechal fraicheur : Toute la France livraison points relais

-15% avec WELLNESSMF (une amie cuisiniere inventive de cuisine vegetale : @wellnessbysophie sur insta)

- Paniers ou à la carte
- Fruits / legumes / cereales & graines / œufs & cremerie
- Bio ou raisonné mais pas que
- Livraison en point relai
- 13€ mini panier d'environ 3kg et 24,4€ maxi panier à environ 6,5kg

A l'Ancienne : Lyon & Paris

- Ultra frais, bio, local, direct producteur engagés agro-écologie : *cueillis le matin, chez vous le soir !*
- Fruits/legumes + autres (viandes, produits laitiers, epicerie, boulangerie et bien-être/maison)
- Consigne sac isothermе 1,30€ offerte pendant 6semaines
- Pas d'abonnement
- Minimum commande : 5€
- Livraison à domicile / entreprise

Comparatif pour les produits frais sur Lyon

Demain supermarché (Debourg) :

- 1er projet de supermarché coopératif et participatif de Lyon, fruits / légumes + épicerie

Alter conso :

- Abonnement paniers
- Legumes coupé 12,7€ pour 3,5/4,5kg
- Fruits solo 7,7€ pour 1,5/2kg
- Livraison mardis soirs Bellecour

Ma ferme en ville :

- Bio ou agriculture raisonnée, local
- Vente au detail = choix
- Livraison à domicile gratuite à partir de 70€
- Fruit/legumes + produits frais, epicerie
- Boutique Ainay
- Pas d'abonnement
- Environ 27e/semaine

Le marché lyonnais :

- Local, bio mais pas que
- Paniers ou détails
- Minimum de commande 15€ (+2 de frais si commande <30€)
- Grand choix meme si flux tendu
- Livraison en point relai (bcp de choix)
- Pas d'abonnement
- Environ 45€/2 semaines

Association Arbre à legumes :

- Bio & local
- Abonnement paniers
- Legumes coupé 12,5€ pour 3,5/4,5kg
- Fruits solo 9,25€ pour 1,5/2,5kg
- 87€/mois environ 21,75€/semaine
- Livraison coemedia mardis soir, Mazagran jeudis soirs

Et si jamais t'as la flemme de cuisiner il existe plusieurs alternatives :

Vegoresto

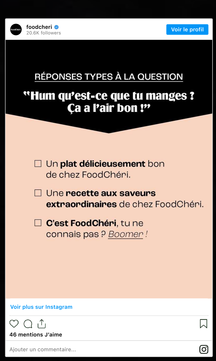
un site / une appli pour manger vegan au restaurant : easy !

FoodChéri

🍜 Plats faits maison en livraison pour vos pauses déj
🌱 Produits de saison et circuits courts

Paris - Lyon - Bordeaux - Lille

Instagram
Le lien vers cette photo ou cette vidéo peut être brisé ou la publication peut avoir été supprimée.
Consulter Instagram


foodcheri
10 0K followers
Voir le profil
RÉPONSES TYPES À LA QUESTION
"Hum qu'est-ce que tu manges ? Ça a l'air bon !"
Un plat délicieusement bon de chez FoodChéri.
Une recette aux saveurs extraordinaires de chez FoodChéri.
C'est FoodChéri, tu ne connais pas ? Boomer !
Voir plus sur Instagram
46 mentions J'aime
Ajouter un commentaire...

Partager X Post

Code Source : Les Règles de La Vie - La Conscience Quantique

- Liste les Lois quantiques de la Vie • Tous les biais par règles
- les Schémas du principe Essentiel des Livres Saints

Je ne suis pas sponsorisé & je refuse les partenariats qui ne sont proposés qui ne sont pas vraiment Éthiques.
Je partage juste les bons plans que j'ai choisi depuis 20 ans car je crois fortement à un meilleur demain Ensemble, en se serrant les coudes, en partageant ce genre d'informations. Je fais tout simplement ma part. Alors transitionnons ensemble, pour créer un meilleur demain Usi entre Art & Nature, pour voir le Beau partout autour de Nous.
Au plaisir de Nous voir grandir et s'épanouir. 🌿

Si tu veux me soutenir,
- tu peux me faire un don sur Tipeee (à la manière de wikipedia)
- ou bien partager mon travail : Facebook & Instagram
- ou bien me laisser un avis ici : Avis google.

Si tu as des bons plans à partager ou si tu veux un devis pour une prestation : n'hésite pas à me contacter !
On pourra écrire ensemble ou je pourrai publier ce que tu veux partager :). Ici c'est open edition

Téléchargements gratuits :
- Ma Liste d'Achat - Mon Guide Express Complet -
- Mon support de formation contre le Déni -
- Formations NousToutes -
- Mes Schéma -
- Mes Fables -

- Galerie Charte aMi -

-Mes Réseaux en haut à gauche du site.

Sitemap Agilistys.fr
Sitemap Schémas

Agilistys • Diane Serant © Tous dro its réservés 2021
© Diane Serant • Agilistys – Ce travail est sous licence Creative Commons Attribution - ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0). https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/
- Cookies